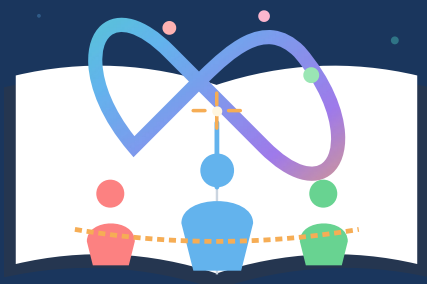


Strategii în clasă pentru elevii cu ADHD

Ghid practic pentru promovarea incluziunii și succesului școlar



Resursă Educațională pentru Profesori

Cadrul didactic ca facilitator al potențialului unic al
fiecărui elev.



CE ESTE ADHD

Ce este ADHD?

Lipsa atenției, hiperactivitatea și impulsivitatea sunt principalele simptome care definesc sindromul deficitului de atenție cu hiperactivitate sau Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).

ADHD se utilizează în general pentru toate tipurile acestui sindrom:

- Tipul predominant neatent (care nu manifestă hiperactivitatea);
- Tipul predominant hiperactiv sau implusiv (în care se încadrează cei care nu manifestă pregnant lipsa atenției);
- Tipul combinat (cel mai comun tip al acestui sindrom, care manifestă toate simptomele care definesc ADHD: lipsa atenției și a puterii de concentrare, hiperactivitatea și impulsivitatea).

În general, toți cei care lucrează în educație se confruntă la un moment dat cu probleme. Problema centrală a demersului educativ devine identificarea unor strategii didactice eficiente pentru elevii care „creează probleme” (elevi hiperactivi sau dezinteresați de activitățile școlare).





Plan de intervenție în clasă pentru impulsivitate

- Afirmă și reafirmă așteptări comportamentale clare pentru clasă în general, și pentru fiecare sarcină nouă în particular;
- Lipește așteptările comportamentale prin clasă pentru a fi la îndemână;
- Stabilește rutine clare în clasă;
- Stabilește reguli sociale clare ce țin de spațiul social (ex: la o lungime de braț);
- Evită timpul nestructurat;
- Supervizează elevul;
- Stai aproape de elev pentru a interveni dacă acesta acționează impulsiv;
- Oferă asistență elevului în a începe noi sarcini pentru a scădea impulsivitatea;
- Învăță elevul câteva strategii pentru timpul de așteptat (numărat, desenat);
- Recunoaște și întărește comportamentele apropiate de cele dezirabile.



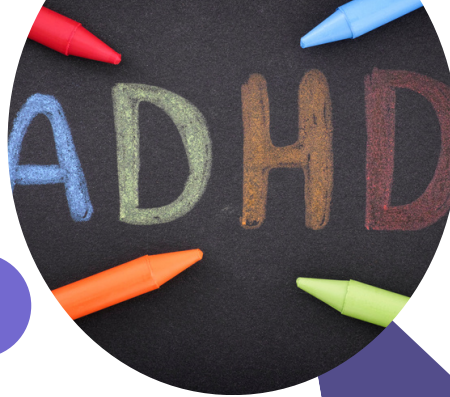


ADHD

Plan de intervenție în clasă pentru hiperactivitate:

- Înconjoară elevul cu colegi care au tendința de a rămâne în sarcină;
- Creează lecțiile astfel încât elevii să răspundă activ sarcinilor: să se ridice, să meargă, să scrie pe tablă;
- Permite elevilor să stea ridicați atunci când lucrează;
- Programează pauze regulate sau oportunități pentru elev să se miște între sesiunile de lucru;
- Permite elevului să aibă asupra sa un obiect care să îl ajute cu agitația: o minge de strâns, etc;
- Oferă mai multe întăriri pozitive decât negative. Vă puteți apropia de copil din când în când pentru a-l lăuda că nu a deranjat colegii, etc.
- Consecințe negative în cazul în care copilul afișează comportamentul problematic: învățătoarea poate stabili cu copilul un semn care îi va semnala comportamentul hiperkinetic (copilul hiperkinetic are o capacitate de autopercepție redusă);
- Copilul se poate autoevalua la sfârșitul orei; învățătoarea va oferi un feedback pozitiv sau va încuraja copilul în cazul în care obiectivul nu a fost realizat.



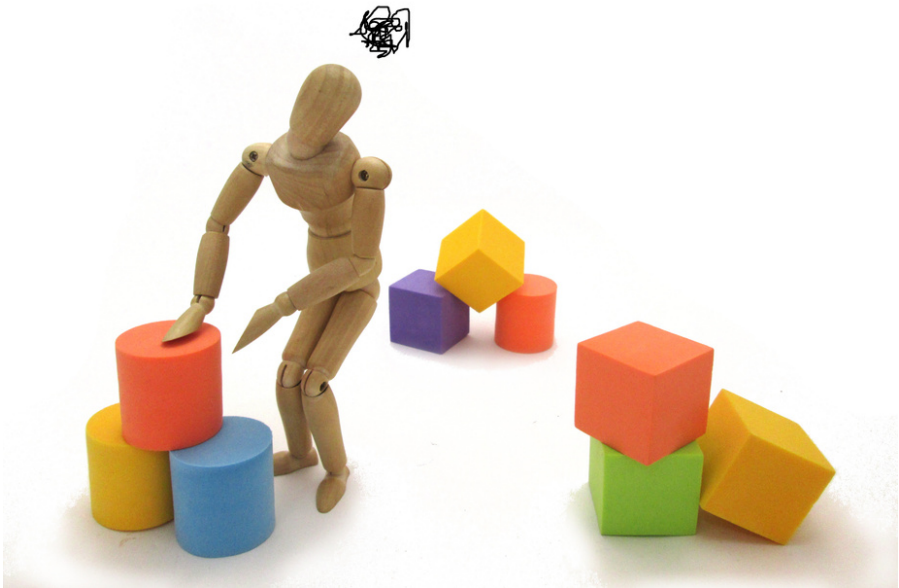


Plan de intervenție în clasă pentru neatenție:

- Așează elevul într-un loc în clasă cu cei mai puțini stimuli externi (adesea acest loc este în față, cu spatele la restul clasei);
- Așează elevul lângă modelele pozitive, cu o capacitate mare de atenție și de concentrare; în cazul în care nu găsiți altă soluție așezați copilul singur în bancă;
- Limitează zgomotele care distrag atenția (picioarele băncilor, a scaunelor);
- Folosește o combinație de elemente audio, video, vizuale și tactile;
- Atunci când oferi instrucțiuni, pune accent pe cuvintele cheie atât verbal, cât și vizual;
- Mulți dintre copiii cu ADHD reușesc să îndeplinească mai bine sarcinile manuale sau în scris, decât cele orale. Implicându-i în sarcini manuale, stima lor de sine crește și permite consolidarea încrederii în sine.
- Fii sigur că elevul este atent la tine când oferi indicații sau trasezi sarcini.
- Formulează cerințe numai dacă ești sigur că le poți impune în situația respectivă;
- Formulează întotdeauna doar o singură cerință;
- Rugați copilul să vă repete cerința, dacă este posibil;
- Rămâneți în apropierea copilului pentru a vă asigura că acesta realizează ceea ce ați cerut.

Puncte Tari de Valorificat

Elevii cu ADHD dau adesea dovadă de un nivel înalt de creativitate, gândire laterală, capacitate de hiperfocalizare pe subiecte de interes major, empatie și reziliență. Rolul nostru este să le oferim cadrul în care aceste calități să strălucească.



Numeroase personalități istorice au prezentat trăsături de neurodivergență (precum Autismul, ADHD și Dislexia), iar modul lor unic de a procesa informația a contribuit la descoperiri revoluționare în știință, artă și literatură. Deși diagnostichele oficiale sunt adesea retrospective, istoricii și experții asociază comportamentele lor specifice cu aceste neurotipuri

Genii și oameni de știință

- **Albert Einstein:** Fizicianul a prezentat dificultăți de integrare școlară în tinerețe, fiind considerat un posibil purtător al trăsăturilor de ADHD și Autism.
- **Nikola Tesla:** Inventatorul a manifestat semne clare de Tulburare Obsesiv-Compulsivă (TOC) și Autism, fiind obsedat de rutine stricte și numere.
- **Charles Darwin:** Biologul și-a canalizat hiperfocalizarea și tendința de izolare (trăsături specifice spectrului autist) pentru a dezvolta teoria evoluției.
- **Thomas Edison:** Faimosul inventator a avut un stil de învățare atipic și o lipsă de concentrare în școlile tradiționale, fiind recunoscut retrospectiv cu ADHD.



